

ORIGINAL ARTICLE

PENGARUH KONSELING GIZI MELALUI MEDIA *FLIPCHART* TERHADAP PENGETAHUAN KELUARGA SADAR GIZI

The Effect of Nutritional Counseling Through Flipchart Media to Knowledge of Nutritional Awareness Family

Athira Demitri*, Agnes Sry Vera Nababan, Yulita, Susi Yanti Hutabarat

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

*Penulis Korespondensi

Abstrak

Pendahuluan; Perilaku Keluarga Sadar Gizi dapat dilaksanakan dengan memperhatikan faktor pendukung dalam perubahan perilaku keluarga, yaitu dengan meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan tentang keluarga Sadar Gizi dapat ditingkatkan dengan memberikan informasi melalui konseling gizi. Konseling gizi dapat diberikan dengan media tertentu, salah satunya menggunakan media flipchart. Flipchart menjadi suatu media yang mudah dan murah digunakan, dan dapat dipahami dengan baik oleh sasaran, sehingga mampu meningkatkan pengetahuan.

Tujuan; Mengetahui pengaruh pemberian konseling gizi melalui media flipchart terhadap pengetahuan Kadarzi.

Metode; Jenis penelitian yaitu quasi experiment, dengan rancangan one group pretest posttest design. Sampel pada penelitian ini sebanyak 44 ibu balita, yang berada di wilayah Puskesmas Simarpinggan, Tapanuli Selatan. Besar sampel menggunakan rumus Slovin dan pengambilan sampel dengan cara purposive sampling. Data pretest diambil sebelum intervensi konseling gizi sebanyak satu kali dengan flipchart. Kemudian, setelah 1 minggu diambil data posttest. Analisa data menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil;** Pengetahuan sebelum dilakukannya konseling gizi memiliki nilai rata-rata sebesar 4,68, setelah dilakukannya konseling gizi, pengetahuan meningkat sebesar 8,20. Ada pengaruh konseling gizi melalui media flipchart terhadap pengetahuan ibu balita tentang keluarga sadar gizi dengan nilai p value (0,000). **Kesimpulan;** Pengetahuan ibu balita tentang keluarga Sadar Gizi memiliki perbedaan pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan setelah diberikan konseling gizi dengan media flipchart.

Kata Kunci: Pengetahuan, Konseling, Keluarga Sadar Gizi, Media, Flipchart

Abstract

Background; Nutritional awareness family can be implemented by taking into account the supporting factors in changing family behavior, namely by increasing knowledge. Knowledge of nutritional awareness family can be increased by providing information through nutritional counseling. Nutritional counseling can be provided with certain media, one of which is using flipchart media. Flipchart becomes a media that is easy and inexpensive to use, and can be understood well by the target, so as to increase knowledge. **Objectives;** This study aimed to determine the influence of nutritional counseling flipchart media to knowledge of nutritional awareness family.

Methods; The type of research was quasi-experimental, with one group pretest posttest design. The samples in this study were 44 mothers under five, who resided in the area of the Simarpinggan Health Center, South Tapanuli. The sample size used the Slovin formula and the sampling method was purposive sampling. The pretest data was taken before the nutrition counseling intervention with flipchart. Then, after 1 week the posttest data were taken.

Data analysis used Wilcoxon test. **Results;** The knowledge before nutrition counseling had an average value of 4.68, after nutrition counseling, knowledge increased by 8.20. There was an effect of nutritional counseling through flipchart media on the knowledge of mothers under five about nutritional awareness family with p value (0.000). **Conclusion;** Knowledge of Mothers under five's about nutritional awareness family has different knowledge and food consumption habits after being given nutritional counseling using flipchart media

Keywords: Knowledge, Counseling, Nutritional Awareness Family, Media, Flipchart

PENDAHULUAN

Kesadaran keluarga terhadap pentingnya gizi dapat diwujudkan dengan memerhatikan beberapa aspek penting. Aspek ini mencakup kepercayaan, nilai dan norma yang berlaku, tingkat pengetahuan dan keterampilan keluarga (1). Menteri Kesehatan Republik Indonesia menetapkan bahwa target

nasional adalah 80% keluarga Indonesia bisa melaksanakan perilaku sadar gizi, dalam pembangunan seluruh masyarakat sasrannya keluarga (2). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan data di Provinsi Sumatera Utara, proporsi penimbangan berat badan anak usia 0-59 bulan selama dua belas bulan terakhir, lebih dari 8 kali penimbangan sebanyak 22,6%, dan proporsi penimbangan berat badan balita tidak sesuai standar sebanyak 40%. Proporsi tertinggi pada tingkat Pendidikan SMA sederajat dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif. Anak umur 6-23 bulan ditemukan proporsi konsumsi makanan beragam sebanyak 36,7% dan konsumsi vitamin A pada anak 6-59 bulan sebanyak 33% (3).

Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, tahun 2019 prevalensi indikator Kadarzi balita di Kabupaten Tapanuli Selatan, indikator tertinggi pada pemberian vitamin A sebanyak 97,74%, indikator penimbangan balita sebesar 88,33%, dan indikator terendah pada pemberian Air Susu Ibu Eksklusif hanya 62,82% (4). Anak yang tidak mendapatkan ASI eksklusif memiliki dampak negative terhadap kesehatannya. Salah satu penelitian Armina Analinta tentang hubungan antara pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian diare pada balita, diketahui bahwa dampak kejadian dengan tidak memberikan ASI Eksklusif sebanyak 12 balita (30,8%) (5).

Indikator Kadarzi yang penting untuk diwujudkan yaitu mengonsumsi makanan beragam. Makanan beragam sangat penting untuk tercapainya kecukupan gizi seimbang, karena anak umur kurang dari 6 bulan membutuhkan ASI sebagai sumber zat gizi yang lengkap tidak membuthkan makanan yang lain. Semakin beragam makanan yang dikonsumsi, maka kebutuhan akan berbagai zat gizi dapat terpenuhi (6). Akibat yang dapat terjadi apabila makanan yang dikonsumsi tidak mengandung gizi seimbang, dapat menyebabkan kekurangan zat gizi atau kelebihan zat tertentu di dalam tubuh. Keragaman makanan sangat erat kaitannya dengan kondisi status gizi anak. Resiko terjadinya kelebihan berat badan dan status gizi kurang pada anak dapat dicegah dengan pemberian makanan yang beragam (7). Beberapa masalah seperti anemia disebabkan karena kekurangan zat besi baik darisegi konsumsinya maupun dari sistem penyerapannya dalam tubuh, begitupun dengan masalah gizi lain yang terjadi akibat kekurangan atau kelebihan zat gizi tertentu (8). Pengetahuan yang baik mengenai zat gizi menjadi salah satu faktor penentu masalah gizi pada balita. Status gizi pada balita sangat bergantung pada orang tua sebagai pengasuhnya (9). Sikap ibu balita yang memiliki pengetahuan sadar akan gizi memiliki dampak positif terhadap pemenuhan kebutuhan anak balita (10).

Pencegahan terjadinya kekurangan dan kelebihan zat gizi, serta mewujudkan Kadarzi dapat dilakukan dengan memberikan edukasi dengan konseling gizi. Konseling gizi dapat diberikan dengan media tertentu, salah satunya menggunakan media *flipchart*. *Flipchart* menjadi suatu media yang efektif dan efisien untuk digunakan, diharapkan bisa dipahami dengan baik oleh komunikan, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan. Hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan media *flipchart*, dapat digunakan untuk mengubah pengetahuan ibu balita tentang Kadarzi (11). Penggunaan konseling gizi juga dapat meningkatkan perilaku makan pada pasien HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*) (12). Peningkatan pengetahuan dengan pengenalan program Kadarzi menunjukkan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan ibu menjadi lebih baik (13).

Survei awal yang dilakukan peneliti dari 10 orang ibu balita yang berada di wilayah Puskesmas Simarpinggan memberikan pernyataan tidak membawa anak untuk melakukan penimbangan berat badan, karena kesibukan ibu untuk bekerja, ibu balita masih menganggap tangisan bayi baru lahir hanya menandakan bayi lapar, karena ASI ibunya sedikit, dan memberikan madu dengan cara dioleskan tipis-tipis di bibir bayi baru lahir, mengonsumsi makanan beraneka ragam dalam keluarga masih belum baik, karena tidak mengonsumsi protein nabati atau hewani, dan buah setiap harinya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu balita tentang Kadarzi setelah diberikan konseling gizi melalui *flipchart*.

METODE

Jenis penelitian yaitu *quasi experiment*, dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Penelitian dilakukan di wilayah Puskesmas Simarpinggan, Kecamatan Angkola Selatan, Kabupaten Tapanuli Selatan, pada tahun 2021, dengan sampel sebanyak 44 ibu, dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan, berdomisili lebih dari 1 tahun, dan sehat jasmani. Kriteria eksklusi yaitu ibu yang tidak mampu dalam berkomunikasi dan tidak bersedia untuk diwawancarai. Instrumen digunakan yaitu kuesioner tentang pengetahuan ibu balita tentang Kadarzi, dengan variabel pengetahuan yang diukur yaitu ASI eksklusif, pemantauan berat badan (BB), konsumsi

ragam makanan, kapsul vitamin A, dan garam beryodium. Kuesioner berisi 10 pertanyaan tentang pengetahuan ibu menggunakan skala Guttman (14), nilai $\geq 76-100\%$ dinyatakan pengetahuan baik, cukup $60-75\%$, dan kurang $<60\%$. Metode konseling gizi dengan *flipchart* dilakukan setelah *pretest* diberikan, kemudian dilanjutkan dengan *posttest*. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dengan signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik menunjukkan bahwa dari 44 responden yang diberikan konseling gizi pada usia ibu dapat diketahui bahwa responden dengan jumlah paling banyak 18 responden dengan usia 26-30 tahun dengan persentase 40,9%. Pada pendidikan terakhir ibu dapat diketahui bahwa responden dengan jumlah paling banyak 27 responden dengan pendidikan terakhir Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan persentase 61,4%. Karakteristik responden dengan kategori pekerjaan jumlah bahwa responden paling banyak 25 responden sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan persentase sebanyak 56,8%.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n=44	Persentase
Umur		
20-25 Tahun	10	22,7
26-30 Tahun	18	40,9
31-35 Tahun	16	36,4
Pendidikan		
SD	5	11,4
SMP	9	20,5
SMA	27	61,4
D III	2	4,5
S1	1	2,3
Pekerjaan		
PNS	2	4,5
Petani	17	38,6
IRT	25	56,8

*Deskriptif

Tabel 2. menunjukkan bahwa pengetahuan pemberian ASI Eksklusif ibu balita meningkat sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 35 responden (79,5%). Pengetahuan pemantauan Pemantauan BB meningkat sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 34 responden (77,3%). Pengetahuan konsumsi aneka ragam makanan meningkat sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 37 responden (84,1%). Pengetahuan konsumsi kapsul vitamin A menunjukkan peningkatan sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 41 responden (93,3%). Pengetahuan konsumsi aneka ragam makanan juga mengalami peningkatan sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 42 responden (95,5%)

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan Ibu Balita Setelah Konseling Gizi

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	n=44	Persentase	n=44	Persentase
ASI Eksklusif				
Baik	1	2,3	35	79,5
Cukup	8	18,2	9	20,5
Kurang	35	79,5	0	0
Pemantauan Berat Badan				
Baik	2	4,5	34	77,3
Cukup	5	11,4	10	22,7
Kurang	37	84,1	0	0

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	n=44	Persentase	n=44	Persentase
Konsumsi Aneka Ragam Makanan				
Baik	0	0	37	84,1
Cukup	10	22,7	7	15,9
Kurang	34	77,3	0	0
Konsumsi Kapsul Vitamin A				
Baik	5	11,4	41	93,3
Cukup	13	29,5	3	6,8
Kurang	26	59,1	0	0
Konsumsi Garam Beryodium				
Baik	0	0	42	95,5
Cukup	7	15,9	2	4,5
Kurang	37	84,1	0	0

*Deskriptif

Hasil analisis pada tabel 3. menunjukkan peningkatan setelah diberikan konseling gizi menggunakan flipchart dengan nilai pengetahuan pemberian ASI eksklusif (3,52), Pengetahuan pemantauan berat badan (3,64), Pengetahuan konsumsi aneka ragam makanan (3,84), pengetahuan konsumsi vitamin A (3,25) dan pengetahuan konsumsi garam beryodium (4,2). Dari uji Wilcoxon diperoleh nilai *p value* adalah $0,000 < 0,05$ ini berarti bahwa ada pengaruh konseling dengan media flipchart terhadap pengetahuan setelah diberikan intervensi.

Tabel 3. Perbedaan Perubahan Rata-Rata Pengetahuan

Variabel	Pengetahuan	Mean	Std. Deviation	Std. Error	<i>p-value</i>
ASI Eksklusif	Pretest	4,68	1,325	0,199	0,000
	Posttest	8,02	0,848	0,128	
Pemantauan BB	Pretest	4,70	1,153	0,174	0,000
	Posttest	8,34	0,713	0,107	
Konsumsi Aneka Ragam Makanan	Pretest	4,36	1,336	0,206	0,000
	Posttest	8,20	0,878	0,132	
Konsumsi Vitamin A	Pretest	5,39	1,558	0,234	0,000
	Posttest	8,64	0,810	0,122	
Konsumsi Garam Beryodium	Pretest	4,41	0,996	0,150	0,000
	Posttest	8,61	0,754	0,113	

*Uji Wilcoxon

PEMBAHASAN

ASI Eksklusif: Ditemukan masih ada anak yang tidak mendapatkan colostrum pada saat baru lahir, karena menurut ibunya, dari warna colostrum yang kekuningan menandakan ASI basi dan tidak baik bagi anak, serta memberikan susu formula kurang dari usia 6 bulan dikarenakan bayi yang sering menangis, dan ibu yang sibuk akan pekerjaan, sehingga memberikan susu formula karena cara penyajiannya yang cepat. ASI yang diproduksi pertama berwarna kuning yang disebut kolostrum. Kolostrum ini diproduksi oleh payudara ibu hingga 2-3 hari se usai kelahiran bayi. Kolostrum memiliki kandungan seperti antibody yang disebut immunoglobulin (Ig). Antibodi terbagi atas lima jenis (faktor imun), yaitu IgC, IgM, IgD, IgA, dan IgE. Kelima faktor imun tersebut ada juga pada ASI, namun konsentrasinya lebih tinggi pada kolostrum (15).

Peningkatan pengetahuan pada ibu balita karena saat diberikan konseling gizi dengan media *flipchart*, ibu balita sangat antusias untuk memahami bagaimana melaksanakan ASI eksklusif, dan juga memberikan *feedback* yang baik saat ditanya bagaimana penerapan ASI eksklusif. Ibu juga mengajukan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan ASI Eksklusif dan dampaknya apabila tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayi. Hasil ini menunjukkan bahwa responden sangat tertarik pada intervensi dan media yang diberikan, sehingga menghasilkan peningkatan nilai pengetahuan keluarga sadar gizi pada *post-test*. Penelitian ini didukung oleh Nerita P. yang menemukan bahwa adanya

pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik (*flipchart*) terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang ASI eksklusif ($p < 0,05$) (16).

Pemantauan Berat Badan: Pengetahuan ibu balita tentang pemantauan BB sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi melalui media *flipchart* terdapat perbedaan yang signifikan. Sebelum diberikan konseling, masih ada ibu yang tidak membawa anaknya ke Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu), dengan alasan tidak ada waktu dan sibuk dalam pekerjaan rumah. Pada saat konseling gizi, ibu balita mengatakan tidak memahami akan manfaat dari penimbangan berat badan. Ada beberapa hal yang perlu diketahui keluarga tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balitanya yaitu apabila berat badan bayi atau balita berada dibawah garis merah berdasarkan Kartu Menuju Sehat (KMS), artinya bahwa bayi atau balita tersebut mengalami gangguan pertumbuhan dan perlu perhatian khusus (17).

Peningkatan pengetahuan pada ibu berhubungan dengan proses konseling gizi, yaitu materi yang disajikan sangat menarik, media *flipchart* yang digunakan juga memudahkan ibu untuk memahami pentingnya pemantauan berat badan bagi balita untuk mengetahui tumbuh kembang anaknya. Pengembangan media *flipchart* untuk balita yang mengalami berat badan kurang telah dilakukan uji kelayakan. Produk *flipchart* dapat digunakan sebagai media edukasi bagi kader Posyandu untuk balita yang mengalami berat badan kurang (18).

Konsumsi Aneka Ragam Makanan: Pengetahuan ibu balita tentang konsumsi aneka ragam makanan memiliki perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi. Pada jawaban ibu balita saat dilakukan *pretest*, terlihat bahwa mereka tidak mengetahui jenis makanan yang harus dikonsumsi setiap harinya, karena kurangnya sumber informasi yang didapatkan dari tenaga kesehatan. Tidak adanya jenis makanan yang memiliki komponen semua zat gizi, yang dapat membuat seseorang hidup sehat, bertumbuh dan berkembang dengan baik, serta produktif. Makanan yang dikonsumsi sebaiknya mengandung semua zat gizi, baik makro ataupun mikro, yang dibutuhkan oleh tubuh baik kualitas maupun kuantitas. Semakin banyak jenisnya akan semakin baik untuk tubuh (19).

Peningkatan pengetahuan pada ibu tentang pemantauan berat badan berhubungan dengan mudahnya isi materi yang dipahami dengan media *flipchart*, dan juga penyampaian serta penguasaan materi dari komunikator kepada ibu balita. Pada saat dilakukannya konseling, ibu memiliki antusias yang tinggi dengan memberikan pertanyaan terhadap materi yang tidak mereka pahami. Salah satu penelitian yang sama dilakukan oleh Molla K. menunjukkan bahwa terjadi peningkatan tentang konsumsi buah dan sayur setelah intervensi media lembar balik terhadap pengetahuan ibu balita (20).

Konsumsi Vitamin A: Perbedaan yang signifikan dari pengetahuan ibu balita tentang konsumsi vitamin A, masih ada ibu yang tidak tahu bahwa kapsul vitamin A berwarna biru diberikan saat bayi berusia 6-11 bulan, dan yang berwarna merah untuk usia 12-59 bulan. Frekuensi pemberian vitamin A pada bayi 6-11 bulan sebanyak 1 kali, dan pada anak balita 12-59 bulan sebanyak 2 kali. Pemberian kapsul vitamin A pada ibu nifas dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu satu kapsul segera setelah saat persalinan, dan satu kapsul lagi pada 24 jam setelah pemberian kapsul pertama (21).

Peningkatan pengetahuan pada ibu tentang konsumsi vitamin A berhubungan dengan sumber informasi yang di dapat dari media *flipchart* dengan menampilkan gambar yang menarik, sehingga ibu memiliki minat untuk mengetahui informasi tersebut yang akan bermanfaat untuk anaknya. Penelitian lain tentang Manfaat Media *Flipchart* dan Spanduk dalam Perilaku Kesehatan 1000 HPK di Sulawesi Tengah menunjukkan bahwa pada kelompok yang tidak diberikan intervensi pengetahuannya lebih rendah dibandingkan dengan kelompok yang diberikan intervensi dengan media *flipchart* (22).

Konsumsi Garam Beryodium: pengetahuan ibu mengenai pemberian garam pada masakan dalam kondisi sayur mendidih, namun tidak mengetahui bahwa garam menjadi salah satu sumber fortifikasi yodium. Informasi tentang garam beryodium juga tidak didapatkan dari tenaga kesehatan. Konsumsi garam yang mengandung cukup yodium termasuk upaya untuk menanggulangi masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY). Selain itu mencegah terjadinya penyakit gondok, berpotensi untuk meningkatkan imunitas terhadap penyakit infeksi (23).

Peningkatan pengetahuan pada ibu tentang konsumsi garam beryodium, karena media *flipchart* yang digunakan sebagai media konseling gizi sangat menarik minat ibu saat proses konseling, sehingga informasi yang didapatkan mudah untuk diingat dan memberikan dampak positif terhadap ibu balita. Edukasi Pencegahan GAKY Berbasis Media Pembelajaran *Flipchart* menunjukkan hasil adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan mengenai GAKY sebelum diberikan edukasi (24).

KESIMPULAN

Konseling gizi dengan media *flipchart* dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang Kadarzi secara signifikan diperoleh setelah diberikan konseling gizi. Konseling dengan media ini sebaiknya dilanjutkan dan diberikan secara rutin untuk melihat dampak terhadap perubahan perilaku ibu balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Puskesmas Simarpinggan Tapanuli Selatan yang sudah memberikan data dan izin penelitian, serta enumerator yang sudah membantu pengambilan data penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak ada konflik dalam publikasi artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Complementary Feeding: Family foods for breastfed children. Dep Nutr Heal Dev. 2000;1–56.
2. Kemenkes RI. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 747 / Menkes / SK / VI / 2007. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 747/Menkes/ SK/VI/2007. 2007;1–32.
3. Riskesdas. Hasil Utama Riskesdas. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018;53(9):1689–99.
4. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. 2019.
5. Analinta A. Hubungan Antara Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Diare Pada Balita Di Kelurahan Ampel, Kecamatan Semampir, Kota Surabaya 2017. Amerta Nutr. 2017;3(1):13.
6. Prasetyono DS. Buku Pintar ASI Eksklusif. Jogyakarta: Diva Press; 2012.
7. Utami NH, Mubasyiroh R. Keragaman Makanan Dan Hubungannya Dengan Status Gizi Balita: Analisis Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI). Gizi Indones. 2020;43(1):37.
8. Utami HN, Mubasyiroh R. Masalah Gizi Balita Dan Hubungannya Dengan Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat. J Penelit Gizi dan Makanan. 2019;42(1):10.
9. Setyaningrum S, Duvita Wahyani A. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Keluarga Sadar Gizi Dengan Status Gizi Anak Balita. J Ilm Gizi Kesehat. 2020;1(02):33–40.
10. Lestari Nurul Aulia D, Dwi Anjani A, Author C. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita dengan Perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). J Qual Women's Heal |. 2019;2(1):36–42.
11. Syahidatunnisa. Penyuluhan Menggunakan Media Lembar Balik terhadap Pengetahuan Ibu Balita tentang Kadarzi. J Ris Kesehat Poltekkes Depkes Bandung. 2019;11(1):58–64.
12. Simarmata SHT. Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Seimbang Dengan Media Leaflet Terhadap Perilaku Makan Pada Pasien HNP (Hernia Nucleus Pulposus) di Klinik Syaraf dr.Kolman. Poltekkes Kemenkes Medan; 2019.
13. Rachmayanti RD. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Melalui Pengenalan Program Kadarzi Di Kelurahan Wonokusumo Surabaya. Media Gizi Indones. 2018;13(2):176.
14. Riduwan. Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian. Bandung: Alfabeta; 2008.
15. Tani HA, Astuti Y. Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit TK III 04.06.02 Bakti Wira Tamtama Semarang. J Keperawatan SISTHANA. 2019;4(1):22–9.
16. Putri NA. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Lembar Balik (flip chart) Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Asi Eksklusif di Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2019.
17. Setiasih S, Mursiti T, Supardi, Ermawati Y. Identifikasi Perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) Pada Bayi Dan Balita Di Desa Cepiring Kabupaten Kendal. Midwifery Care J. 2019;1(2):9–25.
18. Noor Prastia T, Listyandini R. Keragaman Pangan Berhubungan Dengan Stunting Pada Anak Usia 6-24 Bulan. Hearty. 2020;8(1):33–41.
19. Proverawati Atikah WEK. Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan. Cet. 2. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
20. Yazmi MK. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Balita dan Perilaku Tentang Konsumsi Buah Dan Sayur Balita di Desa Mudal Kecamatan Boyolali Kabupaten Boyolali. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2019.

21. Virgo G. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dengan Pemberian Vitamin a Pada Balita Di Posyandu Desa Beringin Lestari Wilayah Kerja Puskesmas Tapung Hilir 1 Kabupaten Kampar Tahun 2018. *J Ners.* 2020;4(1):35–52.
22. Nasrul, Zainul, Hafid F, Taqwin. Manfaat Media Flipchart dan Spanduk dalam Perilaku Kesehatan 1000 HPK di Sulawesi Tengah The Benefits of Flipchart Media and Banner Toward Health Behavior the First 1000 Days of Life in Central Sulawesi. *J Media Kesehat Masy Indones.* 2018;14(1):52–60.
23. Mahardika PTN, Suyatno, Kartini A. Perbedaan Kadar Ekskresi Yodium Urin (EYU), Konsumsi Garam Beryodium, dan Tinggi Badan Anak Baru Sekolah (TBABS). *J Kesehat Masy.* 2019;7(1):304–13.
24. Mutalazimah M, Isnaeni FN, Mardiyati L, Pujiani KN, Bella S, Prodi P, et al. Edukasi Pencegahan Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) Berbasis Media Pembelajaran Flipchart Article Info. *J War LPM.* 2021;24(4):752–62.